

平成 30 年 4 月 12 日 00373 号

編集者:佐藤 寿春

北見市幸町 8 丁目 4-4(佐藤整骨院内)

NPO 法人北見市武道振興協会事務局発行

直通:090-5986-0839

代表:0157-22-2212 Fax:0157-23-0581

satou.toshiharu@navy.plala.or.jp

# 北見武道通信

URL <http://www.kitamibudokan.org/>

ニュースレター【事務局情報】北見市武道館感染予防月間(11月1日~4月30日)!ウイルス感染予防の



**お知らせとご協力⑦ 練習前の体調チェックは必ず行いましょう!**

武道振興協会事務局の花シリーズ 事務所に「ジャノメエリカ」をいただきました。この花をくれた人は「とくに理由はなく、何かかわいいと感じたので買いました。事務所で可愛がってください」とプレゼントしてくれました。エリカに添えられていたメッセージには「心が元気 体が元気 それが大事!」とありました。検索では、ジャノメエリカはツツジ科でエリカ属。ジャノメエリカはエリカの仲間の中では比較的寒さに強く、雪が降らず霜が当たりにくい場所では地植えもできるとのことでした。

## 第 1 回柏悠会空手道交流戦が開催されました!



4月8日(日)北見市武道館において第1回柏悠会空手道交流戦が行われました。午前中は実技講習会を実践を交えて行い、午後からはトーナメント形式の組手試合等が行われました。参加団体は、北見管内はもとより帯広や釧路からも集まり、2コート(試合場)を更に半分にA・B・C・D・4グループに分け、それぞれ試合形式の実践練習を行いながら、ときおり全員を集合させての説明が行われるなど、これまで見かける大会とは少し異なるところが印象的で、有効な指導法と新鮮さを感じました。受講する小・中学生は講師が行うスピードと迫力ある動作を間近で見て、目を輝かせながら体で感じ取る様子をうかがい知ることが出来ました。

## 北見地区春季弓道講習会・北部地区第一回地方審査会が開催!

4月7日(土)市武道館(弓道場・道場3・研修室・多目的)において北見地区春季弓道講習会が開催され、参加者は高校生から大学生・一般まで約167名が受講し、武道館が賑わいました。4月8日(日)北部地区第一回地方審査会においても169名とさらに多くの受審者が武道館を利用しました。



## 連載「武道宝鑑」第18弾 柔道秘訣 柔道教士七段 尾形源治 『柔道修行の心得』

それから満腹、空腹であってもならない。少々空腹は少々の練習は出来るとしても、大飯を食べた後の練習はすぐに呼吸困難をきたしたり、横腹が痛み出したり、或いは胃腸を害したりする。私の今までの経験によると、最も練習に都合の良い時刻は午前十時から十一時頃と、午後三時から四時頃の間である。次は酒、煙草、水等を注意することである。酒の害はここに述べるまでもないが、練習前には絶対にやってはならない。昔の英雄、豪傑、剣道の達人が大酒を呑んで戦場や真剣勝負に臨んだように、稗史小説等を書いてあるが、事実は相違して、宮本武蔵等の伝記を繙いて見ると、酒は一滴たりとも口にせず、総てにおいて細心の注意を払ったようである。よく柔剣道を・・・つづく